



SHRI



PROBOUZENÍ TICHÁ

PRODLOUŽENÝ VÍKEND V KLÁŠTEŘE BROUMOV

SHRI
MEDITACE & MINDFULNESS

12.-15.SRPNA 2021



PRODLOUŽENÝ LETNÍ VÍKEND V KLÁŠTEŘE BROUMOV

PROBOUZENÍ TICHÁ

Užijte si prodloužený prázdninový víkend s meditací v areálu Broumovského kláštera. Pobyt je otevřen všem, kteří si chtějí vychutnat krásu Broumova, vyzkoušet si ubytování v klášteře (Booking.com hodnocení 9,0) a oživit/zahájit svou meditační praxi.

Pobytu/společných meditací je možné se účastnit i bez předchozích zkušeností s meditací. Pro zájemce, kteří zatím neabsolvovali SHRI Meditace & Mindfulness program je připravena možnost rozšířit si pobyt o SHRI program (*detail níže*).

TERMÍN

12.-15.SRPNA 2021 (3 noci, čt-ne)

ZAHRNUTO

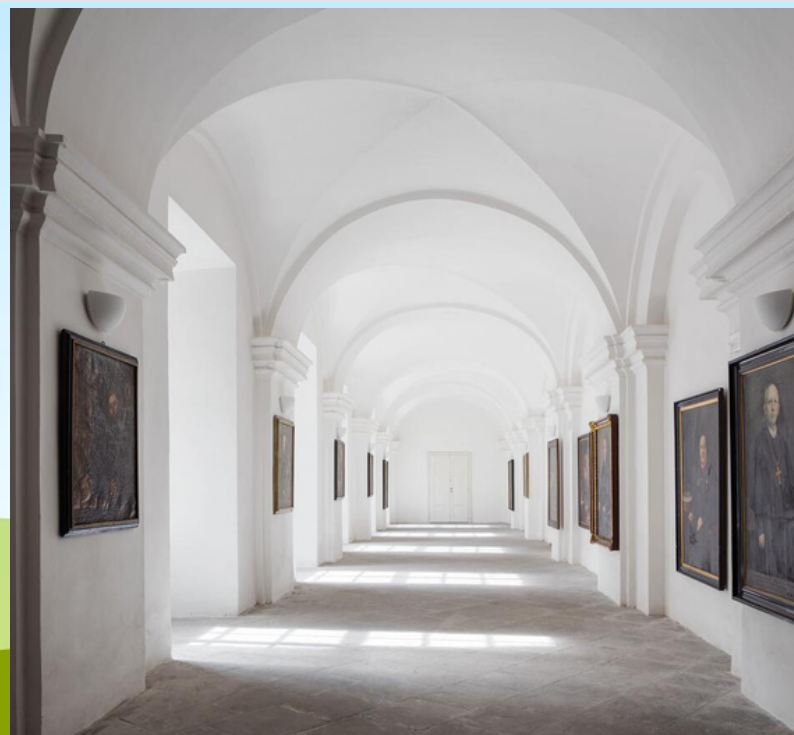
3 noci ubytování v Dům hostů
Kláster Broumov (*v dvoulůžkovém pokoji*)
Snídaně
2x denně společná meditace (*pá- ne*)

CENA

3 900 czk/os.

REZERVACE

Počet míst omezen
Email: info@sarkakoliasova.com
Tel.: 604 528 578





ROZŠÍŘENÍ POBYTU

SHRI MEDITACE & MINDFULNESS PROGRAM



Pokud jste ještě neabsolvovali SHRI Meditace & Mindfulness program, máte možnost účastnit se programu během prodlouženého víkendu v Klášteře Broumov.

Detail SHRI Meditace & Mindfulness programu na www.sarkakoliasova.com

SHRI PROGRAM

PÁTEK - BLOK 1 (120 min)
Základy meditace & techniky mindfulness, úvod do Meditace prvotního zvuku

SOBOTA - BLOK 2 (45 min)
Předání osobní mantry (každý účastník individuálně)

NEDĚLE - BLOK 3 (120 min)
Zdokonalení meditace & práce s tvořivou představivostí

CENA - SKUPINOVÝ SHRI PROGRAM

Cena: 4 500 czk/os.



KDO JE ŠÁRKA KOLIÁŠOVÁ

Šárka Koliášová je certifikovaná instruktorka Chopra Center for Wellbeing, California a zakladatelka meditačního programu SHRI. Jejím posláním je zpřístupňovat nástroje, které pomáhají méně se stresovat a zároveň prožívat více radosti, spokojenosti, klidu a zdraví. Meditaci se věnuji více než 10 let pod vedením renomovaných učitelů, včetně Deepaka Chopry.

SHRI Meditace & Mindfulness program je účinná kombinace mentálních nástrojů, a to meditace, mindfulness a vizualizace. Jde o efektivní techniky, které se jednou naučíte a poté je můžete používat po zbytek vašeho života. Zlepší se tak vaše zdraví, prohloubí se prožívání klidu a radosti a díky uvolnění hluboko uloženého stresu začnete žít váš jedinečný životní potenciál naplno.

WWW.SARKAKOLIASOVA.COM